BlinkistDE

Warum Liebe weh tut

Eine soziologische Erklärung

Von Eva Illouz



Buch (Komplettfassung)

Worum geht's

Anstatt sich der psychologischen Seite des Liebeskummers zu widmen, beleuchtet Warum Liebe weh tut, wie der Kapitalismus dazu führt, dass wir heute häufig so unglücklich in unseren Beziehungen sind.

Wer diese Blinks lesen sollte

Menschen in Beziehungen, die diese besser verstehen und gestalten wollen
Soziologiestudenten, die einen Blick auf ein besonderes Forschungsgebiet werfen möchten
Jeder, der sich mit dem Kapitalismus und seinen Auswirkungen auf die Menschen beschäftigt

Wer das Buch geschrieben hat

Eva Illouz ist Professorin für Soziologie und Mitglied beim Federmann Center for the Study of Rationality an der Hebräischen Universität Jerusalem. Dort untersucht sie das Leben im Kapitalismus und beschäftigt sich vor allem mit der Liebe in unserer heutigen Zeit. Sie hat zahlreiche Bücher veröffentlicht, darunter Die neue Liebesordnung und Die Errettung der modernen Seele.

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Was drin ist für dich: Den Zusammenhang zwischen der Gesellschaft und der

Unzufriedenheit in der Liebe erkennen.
Statt glücklich mit der großen Liebe den Abend zu verbringen, leistet den meisten Singles der Fernseher oder ein Buch nach der Arbeit Gesellschaft. Doch gerade die in Talkshows, Büchern oder Filmen vermittelten Vorstellungen von Liebe und Beziehungen können unser Liebesleben gefährden, denn nicht alles, was uns als perfekt verkauft wird, ist auch realistisch.

Wenn dazu noch überhöhte Ansprüche an uns selbst und Partnerin oder Partner kommen, sind nicht zu selten Bindungsängste die Folge.

Doch warum sind wir nie zufrieden mit dem, was wir haben, und suchen immer weiter nach dem großen Happy End? Nur wenn wir uns darüber bewusst werden und diese Frage für uns beantworten, können wir uns auch auf eine gute Beziehung einlassen.

Denn letztlich sind Liebe und Liebeskummer soziologische Phänomene, welche sowohl von unseren Mitmenschen als auch von uns selbst definiert werden.

In diesen Blinks wirst du herausfinden,

warum unsere Versessenheit, das Leben durch Zahlen und Ratings zu bewerten, unsere Beziehungen bedroht,
wieso Liebesromane unsere Beziehungen zu sehr verklären, und
wie das Selbstwertgefühl und die Erfüllung von gesellschaftlichen Liebesstandards zusammenhängen.

Unsere heutige Vorstellung von Liebe und Beziehungen hat sich erst in der Moderne entwickelt.

Die Art, wie wir heute einen Partner wählen und Beziehungen führen, ist eine noch ziemlich neue Erfindung. Aus den großen Romanen des 19. Jahrhunderts von Jane Austen, Emily Brontë oder Gustave Flaubert kennen wir diverse sich verzehrende junge Herren, bangende Geliebte und unglückliche Liebende. Es scheint, als ob Liebesschmerz im 19. Jahrhundert sehr verbreitet und sehr existenziell war. Und tatsächlich war das Lieben im romantischen Sinn bis in die Moderne viel strengeren Regeln unterworfen als heute.

Männer und Frauen hatten bis Anfang des 20. Jahrhunderts festgeschriebene Rollen. Die von Religion und Kirche vorgegebenen moralischen Vorstellungen und Werte bestimmten auch das Zusammenleben von Mann und Frau. Die einzige gesellschaftlich legitime Form der Beziehung war die Ehe, die überwiegend aus politischen und wirtschaftlichen Gründen geschlossen wurde.

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts wendete sich das Blatt in unserer Gesellschaft allerdings. Die Religion verlor an Einfluss, die Frauenbewegung forderte Gleichberechtigung und die starken moralischen Gesetze begannen aufzuweichen.

Nachdem Sexualität lange als sündig verpönt war und Sex außerhalb der Ehe verfolgt und bestraft wurde, entstand in der Moderne ein Individualismus, mit dem mehr und mehr Menschen selbst bestimmen konnten, wen sie als Ehepartner wählten oder ob sie überhaupt heiraten wollten.

War damit jeder Grund zum Liebesschmerz begraben und alle Männer und Frauen lebten glücklich in ihrem selbstgewählten Liebesglück? Nicht ganz.

Trotz der neuen Freiheiten blieben Rollenbilder erhalten und auch Beziehungen waren nicht völlig von gesellschaftlichen Zwängen befreit. Frauen etwa hatten zwar das Wahlrecht erkämpft und durften frei eine Arbeit wählen, jedoch waren viele von ihnen noch immer wirtschaftlich von ihren Ehemännern abhängig und auf dem Arbeitsmarkt benachteiligt.

Und auch unsere Rollenbilder hielten sich hartnäckig: Frauen galten – und gelten noch immer – als romantischer, emotionaler und fürsorglicher, wodurch sie den Stempel der Hausfrau und Mutter aufgedrückt bekamen, während der Mann als Ernährer und rationaler Kopf der Familie das Patriarchat aufrecht erhielt.

Die Erfindung der Romantik: Die Vorstellung der romantischen Liebe wurde gesellschaftlich benutzt.

Die romantische Liebe ist ein hohes Ideal in unserer Gesellschaft. Das Streben nach dem perfekten Glück wurde seit dem 20. Jahrhundert größer denn je geschrieben. Plötzlich schienen persönliche Gefühle und Partnerschaft nicht mehr im Gegensatz zueinander zu stehen. Leider wurde das Konzept von Romantik jedoch auch benutzt, um traditionelle Beziehungsmodelle zu unterstützen.

Durch die zunehmende individuelle Freiheit wurde die Ehe ziemlich schnell unbeliebt. Weshalb sollte man sich an aufgezwungene, religiöse Regeln halten, wenn man selbst wählen konnte, wann man mit wem wie lange zusammen war?

Doch wie konnte sich die Ehe dennoch als Modell halten? Indem sie durch Romantisierung einen emotionalen Touch und einen neuen Sinn bekam! Die Liebesheirat hatte Konjunktur und es wurde die größte Erfüllung für nahezu jedes kleine Mädchen, einmal ihren Traumprinzen am schönsten Tag ihres Lebens zu heiraten.

Dieser gesellschaftliche Wandel rückte abermals die Frau als emotionaleren Part in den Mittelpunkt. Sie konnte sich entscheiden, ob sie den Mann ihres Herzens wählte oder den sicheren Versorger. Denn noch immer wird nicht allein aus romantischer Hingabe geheiratet. Finanzielle Beweggründe für eine lebenslange Bindung gibt es nach wie vor zuhauf.

Seit der Moderne ist die Verknüpfung von Geld und Liebe ein zentraler Gegenstand in der Literatur und in modernen Wohnzimmern werden Kämpfe darüber ausgetragen, wer nun wirtschaftlich souveräner ist. Wurden Ehen früher einfach nach dem Stand geknüpft,

während die Liebe zurückstecken musste, so wird nun jene „Liebe“ als Vorwand vorgetäuscht, obwohl es sich immer noch um rein wirtschaftliche Beziehungen handelt.

Statt Liebe, die auf natürliche Art aus einer Gemeinschaft heraus entstand, entwickelte sich so ein Liebesmarkt in unserer aktuellen Gesellschaft, der die Liebe heute noch auf ganz andere Art und Weise schmerzhaft macht.

Kapitalismus überall: So wurden wir zu Konsumgütern auf dem Liebesmarkt.

In der heutigen vom Kapitalismus geprägten Welt werden Menschen ständig bemessen und bewertet, so als wären wir eine Ware in der Auslage im Supermarkt. Wir sehen an sozialen Netzwerken und Dating-Apps wie Tinder, dass der Kapitalismus nicht nur unsere Wirtschaft, sondern auch unsere Liebeskultur verändert hat.

Wir erkennen das schon allein an der Metaphorik, die heutzutage im Umgang mit potenziellen Partnern angewandt wird. Man spricht von „Optionen“, die man auf dem Liebesmarkt hat, gerade so als wäre der nächste Liebespartner eine Aktie. Dadurch, dass wir ständig nur noch Leute unverbindlich „daten“ und unser Privatleben aus lauter beliebigen, flüchtigen Bekanntschaften und Liebesabenteuern zusammenflicken, verbauen wir uns die Möglichkeit auf wahre, anhaltende Liebe – weil Menschen austauschbar werden.

Das ständige Bemessen des Menschen führt zudem zu illusorischen Bewertungen, die nichts mehr mit menschlicher Fehlbarkeit zu tun haben, sondern ganz im Gegenteil unser Menschenbild zerstören.

Wir zählen heutzutage nicht nur unsere Arbeitsstunden, unser Geld auf der Bank, sondern auch, wie viele Likes wir auf unser Profilbild bekommen haben oder wie viele vermeintliche Freunde wir auf Facebook zusammentrommeln können. Ähnlich steht es mit der Liebe: Es wird gezählt, was das Zeug hält. Wie viele Partner hatten wir? Wie nah kommen wir den angeblichen Idealmaßen „90-60-90“? Ist der Mann dort hinten eher eine 7 oder schon eine 9? Wie viele Matches haben wir auf Tinder?

Die Einzigartigkeit jedes Einzelnen droht dabei unterzugehen und wir verlieren den realistischen Blick auf das, was uns Menschen und unsere Beziehungen ausmacht.

Unsere unrealistischen Erwartungen an die Liebe und Sexualität machen uns unglücklich.

Eigentlich müssten wir schlussfolgern, dass der moderne Beziehungsmensch keine Liebesromane mehr braucht, weil er ja schon alles lieben kann, was er möchte. Verkaufsschlager wie die Twilight-Reihe oder bahnbrechende Verkaufsrekorde von Erotikbüchern wie 50 Shades of Grey beweisen jedoch: Der Mensch will und sehnt sich nach einfach gestrickten, auf traditionellen Rollenbildern basierenden Liebesschmonzetten.

Das Problem daran? Medien schaffen zunehmend ein Bild von Liebe und Leidenschaft, das nichts mit der Realität zu tun hat. Dadurch, dass wir dieses Bild auf uns selbst projizieren, entsteht bei uns ein fiktives Selbstbild, das mit dem realen Liebesleben nicht kompatibel ist.

Auch auf dem Gebiet Sex sind wir heutzutage unendlich frei, denn wir leben in einer Gesellschaft, in der Nacktheit und Sex omnipräsent sind. Aber durch die Medien entsteht ein unerreichbares Idealbild, dem wir nacheifern. Schon in der Werbung wird man mit Idealvorstellungen von Sexiness bombardiert und unzählige Pornoseiten fluten das Internet. Sie suggerieren uns, dass jeder Mensch zu jeder Zeit und in den unglaublichsten Stellungen Sex hat. Insbesondere auf unerfahrene Menschen, aber auch auf weniger aktive, üben Pornos großen Druck durch unrealistische Ideale aus.

Diese unrealistischen Vorstellungen, die uns oft ziemlich grau aussehen lassen und uns verunsichern, wenden wir leider auch auf unseren Partner an. Bücher, Magazine, Werbung und romantische Komödien erklären uns, wie der Traumpartner auszusehen und wie er sich romantisch zu verhalten hat. Entspricht unsere Bekanntschaft dann nicht diesem Ideal, sind wir enttäuscht.

Wenn etwa der Mann keine Blumen zum Date mitbringt und am Jahrestag kein Geschenk parat hat oder aber die Frau keine Blumen mag und den Valentinstag für kommerziellen Kitsch hält, sind beide frustriert und erfahren unnötigen Liebesschmerz.

Liebe tut heutzutage also oft deshalb weh, weil wir in einer Gesellschaft leben, die uns vorgibt, wie Liebe und Sex auszusehen haben, und uns damit massiv unter Druck setzt.

Verbindungsprobleme: Wir erwarten in der Liebe zu viel von uns selbst und von anderen – darunter leiden wir.

Die romantische Liebe ist also hauptsächlich ein von der Gesellschaft und Kultur aufgeladenes Konstrukt, das nicht durch echte zwischenmenschliche Beziehungen erfüllt werden kann. Die Erwartungen der Gesellschaft sind allerdings so hoch, dass sich Bindungsängste entwickeln, die dauerhafte Beziehungen erschweren.

Es gibt zwei Arten von Bindungsängsten: die hedonistische Bindungsangst und die abulische Bindungsangst. Die meisten Menschen haben die hedonistische Bindungsangst. Sie binden sich zwar ständig und leicht, diese Bindung geht aber leider sofort wieder in die Brüche. Man wechselt somit ständig die Partner, da man endlos auf der Suche nach etwas Neuem und Besserem ist. Bei der abulischen Bindungsangst hat man keine Hoffnung, überhaupt jemals den Traumpartner finden zu können, und bindet sich deshalb gar nicht.

Dem starken Wunsch nach der einzig wahren, monogamen Bindung, „bis dass der Tod euch scheidet", stehen in unserer Gesellschaft also paradoxerweise weit verbreitete Bindungsängste entgegen.

Doch was ist mit den Menschen, die nicht diese Definition von Liebe leben wollen, sondern alternative Vorstellungen von Beziehungen verfolgen? Sie haben es noch schlechter

erwischt: Die Gesellschaft stülpt ihnen das nicht funktionierende Idealbild über und redet ihnen ein schlechtes Gewissen ein, wenn sie nicht so handeln, wie es die Gesellschaft von ihnen erwartet.

Liebe generell und das Verhalten in Beziehungen ist Gegenstand des persönlichen Ansehens innerhalb des gesellschaftlichen Kollektivs. Jeder hat diesem Kollektiv gegenüber auch moralische Verpflichtungen. Wer sich etwa bindet und nach dem Kodex der monogamen Ehe lebt und sein eigenes Begehren zurückstellt, wird durch den Zuspruch der Gruppe gestärkt. Wer dagegen etwa durch einen Seitensprung gegen die unausgeschriebenen, jedoch trotzdem vorhandenen Gesetze verstößt, erfährt Missbilligung.

Wer in so einer Gesellschaft lebt, kann nur unzufrieden werden, da sie massenhaft Trennungen und Liebesschmerz provoziert.

Ungleichgewicht: Frauen stehen der Ehe positiver gegenüber als Männer.

Die meisten Beziehungen fangen bombastisch an, denn der Verliebtheitsstatus stimmt noch wunderbar mit den Vorstellungen von rosaroter Romantik überein. Dann wird es ernster und die Themen Kinder, Hochzeit und sexuelle Exklusivität werden in den Ring geworfen. An dieser Stelle wird es meistens haarig.

Die Ehe steht immer noch als traditionelles, weit verbreitetes Bindungsmodell im Raum und Frauen haben damit meist kein großes Problem. Auch dies hat soziologische Gründe.

Die Zeit, in der Frauen unproblematisch Kinder kriegen können, ist begrenzt, und da Kinder nach wie vor gesellschaftlich zu einem kompletten Frauendasein dazugehören, sind Frauen eben auch motivierter, die Bindung zu einem Mann – nämlich dem potenziellen Vater ihrer Kinder – zu festigen.

Wenn die sogenannte biologische Uhr der Frauen im Alter von etwa 30 Jahren laut zu ticken beginnt, ist ihr Wille zur Bindung am stärksten. Weil viele Frauen diesen von der Gesellschaft aufgesetzten Zeitdruck spüren, drängen sie ihre Männer zum Teil dazu, neue Verpflichtungen einzugehen.

Das ist für viele Frauen deshalb so frustrierend, weil sie stets selbst die Initiative ergreifen müssen: Inzwischen machen viele Frauen dem Mann den Heiratsantrag, weil sie den Zwang der Gesellschaft am stärksten spüren. Schließlich können Männer auch mit 60 noch Väter werden und haben Zeit genug für eine Familie.

Allerdings empfinden Frauen auch oftmals Schuldgefühle, wenn sie den Mann zur Monogamie erziehen wollen, und haben ein schlechtes Gewissen, wenn sie ihn zur Ehe zwingen. Sie bekommen schnell das Gefühl, als würden sie ihm seine Freiheit nehmen. Zwar gilt dies natürlich nicht für alle Frauen, jedoch wird eine starke Tendenz der weiblichen Gesellschaft dadurch wiedergegeben.

So entsteht nicht nur ein Konflikt zwischen den beiden Partnern basierend auf der Kluft zwischen Eifersucht und persönlicher Freiheit, sondern auch ein interner Konflikt: Muss ich lernen, meine Eifersucht zu unterdrücken, oder soll ich versuchen, meinen Partner zu ändern?

Nahezu jeder kennt diesen Konflikt. Bei vielen Paaren führt diese verklärte Sicht auf die Liebe zu Streit und Trennung. Dadurch, dass wir in diesem Strudel der Ansprüche und Erwartungen gefangen sind, und durch nicht befriedigte Wünsche und Sehnsüchte entsteht großer Schmerz und Liebeskummer.

Zusammenfassung

Die Kernaussage dieses Buches ist:

Das im Kapitalismus propagierte Bild der überschwänglichen und unendlichen Freiheit schadet unserer heutigen Sicht auf die Liebe und unserem Verständnis von partnerschaftlichen Beziehungen. Ein extremer gesellschaftlicher Druck und zu hohe Erwartungen erzeugen Enttäuschung und resultieren in Bindungsängsten. Unrealistische, übertriebene Gefühle von Liebe einerseits und Freiheit andererseits werden auf Partnerschaften projiziert und schaden unserem Selbstwertgefühl und Wohlbefinden, obwohl sie doch den Idealen der Gesellschaft entsprechen.

Buch im Amazon Shop